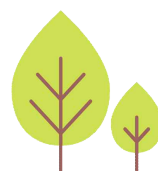
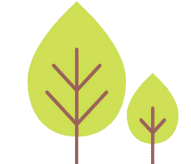


날 짜	<알레르기 유발식품>		생일식단	1(목)	2(금)	3(토)		
오전간식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		제철과일 (또는 고구마스프②) 백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 탕수육*과일소스 ①⑤⑥⑩⑫ 들깨버섯볶음⑤ 김치⑨	시금치죽⑤⑥	닭고기죽⑮	개 천 절 		
점 심	아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. “국 없는 날”: 일품요리(금요일) 제공하는 날에 국물을 통한 나트륨 섭취를 줄이고자 ‘국 없는 날’을 운영합니다.		현미밥 두부감자된장국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 김자반⑤⑥ 백김치⑨	기장밥 유부된장국⑤⑥ 닭살간장소스구이⑤⑥⑮ 브로콜리양파볶음⑤⑥ 백김치⑨	<국 없는 날> 하이라이스⑤⑥⑩ 어묵양념조림⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 백김치⑨			
오후간식			케이크,우유①②⑥	찐감자, 🍎배	카스테라,우유①②⑥			
열량/단백질			442(456) kcal / 16(16) g	406 kcal / 16 g	441 kcal / 17 g			
날 짜	5(월)		6(화)	7(수)	8(목)	9(금)	10(토)	
오전간식			당근죽	청경채죽⑤⑥	동태살죽⑤⑥		단호박죽	
점 심	대체휴일 		백미밥 호박맑은국 제육볶음⑤⑥⑩ 우영조림⑤⑥ 백김치⑨	현미밥 두부감자된장국⑤⑥ 고등어무조림⑤⑥⑦ 김자반⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 쇠고기샤브국⑤⑥⑬ 시금치달걀볶음①⑤ 콩나물무침⑤ 백김치⑨	한 글 날 	크래미채소주먹밥 ①⑤⑥⑧ 근대된장국⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식			찐고구마, 🍎사과	채소수제비, 🍎샤인머스켓⑥	단호박퓨레도넛빵,우유 ①②⑥			
열량/단백질			438 kcal / 15 g	439 kcal / 18 g	438 kcal / 16 g		275 kcal / 12 g	
날 짜	12(월)		13(화)	14(수)	15(목)	16(금)	17(토)	
오전간식	콩나물죽⑤⑥		채소죽⑤⑥	파프리카죽	호박죽⑤⑥	쇠고기참살죽⑤⑥⑬	흑임자죽	
점 심	백미밥 버섯된장국⑤⑥ 돼지고기청경채볶음 ⑤⑥⑩ 무나물⑤⑥ 백김치⑨		차조밥 미역국⑤⑥ 닭살채소조림⑤⑥⑮ 시금치나물⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 달걀양파국① 두부구이⑤⑥ 호박나물⑤⑥ 백김치⑨	흑미밥 숙음배추된장국⑤⑥ 쇠고기채소불고기 ⑤⑥⑬ 숙주무침⑤⑥ 백김치⑨	나시고랭①⑤⑥⑨ (달걀새우볶음밥) 유부어묵국⑤⑥ 가지나물⑤⑥ 참깨단무지무침⑬ 백김치⑨	잔치국수⑤⑥ 미니채소튀김①⑤⑥ 백김치⑨	
오후간식	토마토소스스파게티, 🍎배⑥⑫		잔멸치당근주먹밥보리차⑤	파송송만둣국, 🍎샤인머스켓⑤⑥⑩	저당고구마맛탕, 🍎감귤⑤	크로와상,우유①②⑥		
열량/단백질	460 kcal / 18 g		399 kcal / 16 g	439 kcal / 17 g	430 kcal / 11 g	444 kcal / 20 g	280 kcal / 8 g	
날 짜	19(월)		20(화)	21(수)	22(목)	23(금)	24(토)	
오전간식	미역죽⑤⑥		고구마죽	브로콜리죽	숙주부추죽	순두부당근죽⑤⑥	감자죽⑤⑥	
점 심	기장밥 아욱국⑤⑥ 너비아니채소폭찹 ⑤⑥⑩⑫⑬ 우영채볶음⑤⑥ 백김치⑨		백미밥 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 탕수육*과일소스 ①⑤⑥⑩⑫ 들깨버섯볶음⑤ 백김치⑨	차조밥 숙주묵국⑤⑥ 오리고기채소찜⑤⑥ 김구이 백김치⑨	백미밥 맑은순두부청국장⑤⑥ 순살닭갈비⑤⑥⑮ 버섯나물⑤⑥ 백김치⑨	참치양배추덮밥⑤⑥ 미소장국⑤⑥ 다진돈육감자조림⑤⑥⑩ 백김치⑨ 짜먹는요구르트②	쇠고기가지밥*양념장 ⑤⑥⑬ 시금치맑은국 백김치⑨	
오후간식	쌀국수, 🍎단감⑤⑥⑬		케이크,우유①②⑥	크래미부추전, 🍎배①⑤⑥⑧	토마토채소스튜*크루통 ①②⑤⑥⑫	단호박찜, 🍎사과		
열량/단백질	438 kcal / 14 g		456 kcal / 16 g	408 kcal / 15 g	415 kcal / 16 g	419 kcal / 17 g	276 kcal / 10 g	
날 짜	26(월)		27(화)	28(수)	29(목)	30(금)	31(토)	
오전간식	채소죽⑤⑥		달걀죽①	소고기야채죽⑤⑥⑬	녹두죽	팽이버섯양파죽	플레인요거트,감귤②	
점 심	백미밥 두부새우살맑은국⑤⑥⑨ 달걀장조림①⑤⑥ 숙음배추나물 백김치⑨		현미밥 미역된장국⑤⑥ 쇠고기채소볶음⑤⑥⑬ 잔멸치조림⑤⑥ 백김치⑨	백미밥 닭살부추맑은국⑤⑥⑮ 삼치양념찜⑤⑥ 콩나물당근무침⑤ 백김치⑨	잡곡밥 팽이버섯맑은장국⑤⑥ 돈까스*소스①⑤⑥⑩⑫ 연근조림⑤⑥ 백김치⑨	<국 없는 날> 짜장밥⑤⑥⑩ 물만두찜⑤⑥⑩ 무채들깨볶음⑤ 백김치⑨	크림스프②⑥ 식빵잼토스트①②⑥ 두유⑤	
오후간식	🍎사과,찐고구마		청경채볶음우동⑤⑥	로제소스리조또②⑤⑫	플레인요거트, 🍎샤인머스켓②	소보루빵, 🍎감귤①②④⑥		
열량/단백질	436 kcal / 14 g		433 kcal / 19 g	439 kcal / 20 g	412 kcal / 15 g	404 kcal / 13 g	261 kcal / 9 g	
원산지 표시대상(미공개 시 과태료) ※ 가공품도 해당됨 ※ 쌀(밥), 죽, 누룽지, 홀미, 찬쌀, 현미, 찐쌀/배추김치(배추, 고춧가루 포함)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양(염소)고기/수산물(넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 백장어, 낙지, 명태(거조화 것은 제외), 고등어, 갈치, 참조기, 오징어, 꽃게, 다랑어, 아귀, 추꼬리, 가리비, 우럭, 넙치, 전복, 방어, 무세)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수) ※ 연령발달에 따라 '0세 중 이유식 완료 단계' 급식대상자에게 1~2세 식단을 제공할 수 있습니다.	쌀	콩	김치		쇠고기(국내산)		쇠고기	
	밥/죽	두부류	배추	고춧가루	한우	육우	젓소	수입산
	국내산		국내산	국내산	산	국내산	산	산
	돼지고기	닭고기	수산물		식육 · 어육 가공품			
	국내산	국내산	고등어	명태(동태)	돈까스		국내산	
식육 · 어육 가공품								
탕수육	어묵	크래미	넙치	참치(다랑어)		훈제오리고기		
돼지고기	국내산	오징어, 갈치, 명태	오징어, 갈치, 명태	쇠고기	국내산	원양산	오리고기	국내산

※ 완료가 추가메뉴는 일반식에 적용하기 위한 12~13개월 대상으로 제공되는 메뉴로 후기 점심식단 메뉴에 추가하여 제공해주시기 바랍니다.
필요한 경우에 사용하시고 일반식 섭취가 가능한 어린이는 1~2세 식단을 이용하시기 바랍니다.

날 짜	<알레르기 유발식품>		생일식단		1(목)		2(금)		3(토)			
오전간식	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣		채소진밥(죽)		시금치죽		닭고기죽⑮		개 천 절 			
점 심			쇠고기미역진밥⑮		쇠고기감자진밥⑮		채소진밥					
오후간식			빵①②⑥		🍎배, 치즈②		카스테라①②⑥					
열량/단백질	- 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. * 찐고구마, 찐감자는 물과 함께 제공하고 목이 메는 경우가 있으므로 섭취 시 모니터링 필요		355 kcal / 11 g		301 kcal / 10 g		333 kcal / 12 g					
완 료 기			버섯볶음⑤ 김치⑨		브로콜리양파볶음⑤⑥ 백김치⑨		오이나물⑤⑥ 백김치⑨					
열량/단백질			377 kcal / 13 g		329 kcal / 11 g		356 kcal / 13 g					
날 짜	5(월)		6(화)		7(수)		8(목)		9(금)		10(토)	
오전간식	대체휴일 		당근죽		청경채죽		동태살죽		한 글 날 		단호박죽	
점 심			쇠고기호박진밥⑮		두부감자진밥⑤		콩나물진밥⑤				쇠고기채소진밥⑮	
오후간식			🍎사과, 치즈②		🍌바나나, 치즈②		단호박퓨레					
열량/단백질			293 kcal / 9 g		282 kcal / 8 g		294 kcal / 8 g				249 kcal / 8 g	
완 료 기			제육볶음⑤⑥⑩ 백김치⑨		김자반⑤⑥ 백김치⑨		시금치달걀볶음①⑤ 백김치⑨				근대나물⑤⑥ 백김치⑨	
열량/단백질			376 kcal / 17 g		321 kcal / 11 g		365 kcal / 12 g				264 kcal / 9 g	
날 짜	12(월)		13(화)		14(수)		15(목)		16(금)		17(토)	
오전간식	콩나물죽⑤		채소죽		파프리카죽		호박죽		쇠고기참쌀죽⑮		흑임자죽	
점 심	쇠고기버섯진밥⑮		닭고기미역진밥⑮		달걀노른자양파진밥①		쇠고기배추진밥⑮		채소진밥		쇠고기당근진밥⑮	
오후간식	🍎배, 치즈②		한그릇연두부⑤		🍌바나나, 치즈②		🍎사과, 치즈②		크로와상①②⑥			
열량/단백질	293 kcal / 10 g		302 kcal / 12 g		316 kcal / 8 g		318 kcal / 10 g		332 kcal / 10 g		229 kcal / 8 g	
완 료 기	돼지고기청경채볶음⑤⑥⑩ 백김치⑨		시금치나물⑤⑥ 백김치⑨		두부구이⑤⑥ 백김치⑨		숙주무침⑤⑥ 백김치⑨		가지나물⑤⑥ 백김치⑨		채소달걀찜① 백김치⑨	
열량/단백질	371 kcal / 18 g		324 kcal / 14 g		361 kcal / 10 g		337 kcal / 11 g		349 kcal / 11 g		277 kcal / 12 g	
날 짜	19(월)		🍰 20(화)		21(수)		22(목)		23(금)		24(토)	
오전간식	미역죽		고구마죽		브로콜리죽		숙주부추죽		순두부당근죽⑤		감자죽	
점 심	쇠고기양파진밥⑮		쇠고기미역진밥⑮		쇠고기무진밥⑮		닭고기채소진밥⑮		양배추진밥		쇠고기참쌀진밥⑮	
오후간식	🍎단감, 치즈②		카스테라①②⑥		🍎배, 치즈②		온두부찜⑤		🍎사과, 단호박찜			
열량/단백질	299 kcal / 10 g		355 kcal / 11 g		315 kcal / 10 g		303 kcal / 11 g		258 kcal / 7 g		226 kcal / 7 g	
완 료 기	우영채볶음⑤⑥ 백김치⑨		버섯볶음⑤ 백김치⑨		김구이 백김치⑨		버섯나물⑤⑥ 백김치⑨		다진돈육감자조림⑤⑥⑩ 백김치⑨		잔멸치볶음⑤⑥ 백김치⑨	
열량/단백질	339 kcal / 11 g		377 kcal / 13 g		331 kcal / 11 g		335 kcal / 12 g		342 kcal / 13 g		264 kcal / 11 g	
날 짜	26(월)		27(화)		28(수)		29(목)		30(금)		31(토)	
오전간식	채소죽		달걀노른자죽①		소고기야채죽⑮		녹두죽		팥이버섯양파죽		오곡죽	
점 심	두부당근진밥⑤		미역진밥		닭고기부추진밥⑮		쇠고기채소진밥⑮		쇠고기감자진밥⑮		쇠고기당근진밥⑮	
오후간식	으깬고구마범벅		🍎사과, 치즈②		🍌바나나, 치즈②		🍎배, 치즈②		소보루빵①②④⑥			
열량/단백질	320 kcal / 7 g		298 kcal / 8 g		249 kcal / 11 g		310 kcal / 11 g		333 kcal / 10 g		240 kcal / 7 g	
완 료 기	숙음배추나물 백김치⑨		쇠고기채소볶음⑤⑥⑮ 백김치⑨		삼치양념찜⑤⑥ 백김치⑨		연근조림⑤⑥ 백김치⑨		무나물⑤⑥ 백김치⑨		감자채볶음⑤⑥ 백김치⑨	
열량/단백질	343 kcal / 8 g		379 kcal / 16 g		330 kcal / 18 g		347 kcal / 12 g		356 kcal / 10 g		266 kcal / 8 g	

원산지표시	쌀	콩	김치	쇠고기(국내산)			쇠고기
	밥/죽	두부류	배추	한우	육우	젖소	수입산
	국내산	국내산	국내산	국내산	산	산	산
	닭고기	돼지고기	수산물				
			명태(동태)				
	국내산	국내산	러시아산				

원산지 표시대상(미공개 시 과태료) ※ 가공품도 해당됨 ※
쌀(밥, 죽, 누룽지, 흑미, 찰쌀, 현미, 찌쌀)/배추김치(배추, 고춧가루 포함)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양(염소)고기/수산물(넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뱀장어, 낙지, 명태(건조한 것은 제외), 고등어, 갈치, 참조기, 오징어, 꽃게, 다랑어, 아귀, 주꾸미, 가리비, 우렁쉥이, 전복, 방어, 부세)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수)